CERENUT
CENTRE RESSOURCES NUTRITION
NOUVELLE-AQUITAINE

RÉPUBLIQUE FRANÇAISE
Liberté
Égalité
Fraternité

ars Agence Régionale de Santé Nouvelle-Aquitaine

Comité Educationnel et de Pratique Clinique
LABEL 2026
SFNCM

FICHE CONSEIL

N°15

Comment aider les personnes lors du repas ?

Une **aide partielle ou totale** peut être nécessaire pour diverses raisons, pouvant aller d'une simple difficulté à porter des paquets, ouvrir des emballages, jusqu'à l'incapacité à sortir de chez soi, à préparer ses repas ou à manger

Plusieurs possibilités de prise en charge d'aides aux personnes existent soit par leur entourage, soit par des professionnels

Renseignez-vous auprès du Conseil départemental, ou du CCAS (Centre Communal d'Action Sociale) de la mairie

ACCOMPAGNER LA PERSONNE POUR FAIRE SES COURSES



- Grâce à un proche
- Grâce à une **aide à domicile**
- Grâce à un **service d'aide au transport**

Faire la liste des courses ensemble stimule l'appétit.
Si la personne ne manifeste pas d'envie particulière, faire appel à ses souvenirs d'enfance, lui demander quels sont ses aliments et plats préférés ; consulter des livres de recettes

FAIRE LIVRER LES COURSES À DOMICILE



- Par une **personne de l'entourage** (un proche, un aidant
- Par des **commerces locaux**
- Par un **service de vente sur Internet** ou par **téléphone**

AIDER LA PERSONNE A PRÉPARER LES REPAS

- Grâce à une **personne de l'entourage**
- Grâce à une **aide à domicile**
- Grâce à un **service d'aide à la personne**



FAIRE LIVRER LES REPAS À DOMICILE

- Par le **service de portage de la mairie ou d'une association**
- Par un **traiteur** ou un **restaurant**
- Par une **maison de retraite**
- Par une **entreprise de restauration collective**

Les quantités sont souvent prévues pour un seul repas. Si un repas est commandé, il sera nécessaire de compléter le dîner avec du jambon, du fromage, des laitages, etc

FICHE CONSEIL N°15

LA PERSONNE PEUT AVOIR BESOIN D'AIDE POUR S'ALIMENTER

- **L'Installer correctement**
  Une mauvaise position a des répercussions sur l'alimentation : plus de difficultés à attraper les couverts, risque de fausses routes, l'inconfort peut faire perdre l'appétit. La tête doit rester dans l'axe du tronc, menton vers la poitrine

- **S'assurer que le matériel et les ustensiles sont adaptés à la personne**
  Il existe des tapis antidérapants, des assiettes et des couverts spécifiques en cas de mauvaise coordination des mouvements, de difficulté à tenir les couverts, etc. Le médecin peut faire une prescription

- S'assurer que la personne porte sa **prothèse dentaire** au moment du repas, et du **bon état général de sa bouche**

- **Stimuler sans faire à la place de la personne**
  Présenter les fruits épluchés et découpés, tartiner le pain, ouvrir le pot de yaourt, etc. peuvent suffire

- **Aider à manger peut également signifier aider à boire suffisamment**. Penser à proposer régulièrement des boissons

- **Veiller à proposer une alimentation de texture adaptée**
  Il peut être nécessaire de hacher la viande, voire de mixer les plats et/ou d'épaissir les boissons

- **Être vigilant à la déglutition**
  Les troubles de la déglutition peuvent se traduire par un réflexe de toux immédiat ou légèrement retardé, ou peuvent passer inaperçus. Ils occasionnent le passage de liquides ou d'aliments dans les voies respiratoires, pouvant entrainer des complications (asphyxie, infections respiratoires, dénutrition, déshydratation, baisse de la qualité de vie)

- **Porter attention aux changements du comportement alimentaire de la personne** : diminution des quantités consommées, exclusion de certains aliments, etc. Si tel est le cas, prévenir le médecin

SIGNES D'ALERTE EN CAS DE TROUBLES DE LA DÉGLUTITION



- La **toux**
- La **voix** différente (**voilée ou gargouillante**)
- **Des encombrements bronchiques** ou des **infections pulmonaires** à répétition surviennent
- La personne **s'étouffe**
- La personne **mange moins ou plus lentement**, voire **refuse de manger**
- La personne **perd du poids**

On peut également observer : reflux par le nez, bavage, maintien prolongé des aliments en bouche, résidus alimentaires en bouche, déglutitions à répétition pour un petit volume mis en bouche, crachements ou postillons

En cas de doute, identifier si possible les produits responsables et en parler au médecin.

Pour en savoir plus www.cerenut.fr : rubrique Guide « Les troubles de la déglutition » et webinaire « Repérer les troubles de la déglutition »

Version 09/11/2023

CERENUT Nouvelle-Aquitaine
Résidence l'Art du Temps- 16 rue Cluzeau - 87170 ISLE | 05 55 78 64 36 | contact@cerenut.fr
www.cerenut.fr